

ASTRO BULLETIN



Saison 22-23

#25



Team Astro : l'édito



Chaque semaine, un membre du CA prend la parole

Le monde du mini-basket perd cette semaine un de ses acteurs les plus emblématiques. Jean-Louis C nous a quitté après un combat très difficile contre la maladie.

Nous ne pouvons que nous associer à la peine de sa famille, dont son fils Paul qui côtoie nos équipes loisirs, et aux hommages des clubs du TCMS, du Tropik et dernièrement de Launaguet dont il a fait les beaux jours à la tête de leur école de mini-basket. L'Astro a rêvé plusieurs fois de le voir rejoindre ses rangs ...

Nous sommes plusieurs au club à avoir eu la chance de pouvoir croiser sa route et partager sa passion et sa vision du jeu, et il était également très proche de nos anciens dirigeants fondateurs, dont notre Président Pierre.

Un immense éducateur s'en est allé. Que son exemplarité, et les valeurs qu'il portait, inspirent tous ceux qui s'impliquent en faveur de nos plus jeunes.

Repose en paix Jean-Louis.

Micka



Le Replay



On refait le match !

U7 :

Samedi, seulement 5 U7 ont répondu à l'appel pour participer au plateau débutants organisé à Gratentour. Il faut dire que l'horaire de convocation (8h30 🤯) avait de quoi en dégoûter plus d'un.

Chez les U7, un plateau débutants consiste à tourner sur une série de jeux que nous pratiquons régulièrement à l'entraînement, sauf qu'en plus, les joueurs arborent fièrement le maillot de leur club et sont mélangés avec les joueurs des autres clubs pour faire les exercices.



Nos petits Astrochoux étaient donc mélangés avec les joueurs de Gratentour, Saint-Orens, Launaguet et Saint-Jory pour jouer :

- au 1er au panier : course pour aller marquer au panier en passes uniquement
- au relai de dribble + shoot
- au miroir : reproduction des gestes de l'animateur, tous avec un ballon
- à l'échelle : tir à 3 distances différentes

Ils ont fini par un "1,2,3, Basket" géant où tous les enfants du plateau participaient en même temps. Et c'est une Astro qui a gagné 💪

Je profite de cet article pour célébrer le plus jeune joueur de notre club : Evan ! Du haut de ses 4 ans 1/2, cet Astrochou a une réussite au panier hallucinante (il rate rarement un panier, vraiment), il est toujours motivé pour jouer et est un des plus assidus à l'entraînement. Bravo à Evan et à son papa Yohan, lui-même joueur de basket, qui l'accompagne et me donne un coup de main pour encadrer les entraînements.

Clo

U11F2 :

Victoire @ Saint Sulpice :

Samedi, à St-Sulpice, les filles ont gagné assez facilement, malgré le retard de leur entraîneuse (retenue pour la bonne cause à Arnauné). Toutes les filles se sont illustrées, en attaque, en défense, dans la récupération, la joie et l'amitié. Quel plaisir pour les parents/supporters de les voir évoluer, progresser ensemble. Comme dirait d'autres équipes non moins fameuses, "jouer nous fera toujours grandir".



Il reste un dernier match à domicile dans 15 jours pour clore en beauté cette saison et confirmer tous ces progrès.

Benoît (papa de Mona)

U11M1 :

Victoire vs Labarthe sur Leze : 19-17

Sans leur coach Vanessa, les joueurs manquaient de réussite et étaient menés 4 quart temps à 1. Grâce aux entraîneurs d'un jour, ils se sont bien repris, ont gagné 3 quart temps qui ont permis l'égalisation et de reprendre le dessus mentalement pour remporter haut la main la prolongation. Une belle remontada qui leur donne leur 8ème victoire en 9 matches.



Sophie

U13 F1 :

Victoire @ Cugnaux : 32-40

L'Astro envoie un signal fort,

Ce match était important car il opposait deux équipes qui ont validé ce week-end leurs tickets pour les demi-finales. Mais c'était aussi un test qui devait permettre de se projeter plus ou moins sereinement sur les matchs de phases finale. Après notre défaite à Cugnaux de 8 points cette victoire elle aussi de 8 points laisse espérer un final équilibré voire d'envisager une issue favorable. Cette ambiance va nous permettre de travailler plus sereinement pour les deux derniers matchs de poule haute tout en se méfiant bien des excès de confiance.

Nous nous attendions donc à un match très serré. Mais les filles de l'Astro pleines d'énergie ont su profiter de la nonchalance des joueuses de Cugnaux (peut-être un peu suffisantes suite à la victoire du match aller) pour réaliser un 14 à 2 sur le premier quart-temps et un 26 à 10 à la mi-temps nous laissant tous abasourdis. Après deux mauvais quart temps les filles de Cugnaux ont sûrement dû passer 10 mn difficiles dans les vestiaires. Elles revinrent donc avec une toute autre énergie qui leur permis de réduire le score de 6 points au 3 ème et de 2 points au 4 ème quart-temps.

L'équipe de l'Astro avec le retour de ses joueuses blessées a su respecter le plan de jeu en veillant de ne pas retomber dans nos travers notamment en défense. Cet effort consenti nous a permis de récupérer des ballons, notamment au rebond sous les paniers. Nous étions dans un jour faste en ce concerne le taux de réussite aux tirs. Les filles ont su aussi temporiser le jeu et faire tourner le ballon.

Il nous reste 2 matchs dans cette phase haute que nous devons aborder avec le même sérieux. Ce sera l'occasion d'améliorer notre jeu tout en restant dans un engagement fort car les adversaires à venir, malgré leur classement, ne lâche rien.

Marie & Frédéric

U13M1 :

Défaite vs Pamiers : 51-68

Q1 : 10-15 ; Q2 : 11-21 ; Q3 : 16-14 ; Q4 : 14-18

En ce samedi, nous recevons Pamiers, équipe située en milieu de tableau. Au match aller, nous nous étions inclinés de 11 points, en ayant pas mal de regrets à la suite d'un troisième quart-temps catastrophique. Ce match retour commence de manière assez équilibrée. Nous sommes bien appliqués sur le travail offensif : le ballon circule bien et on joue assez rapidement vers l'avant. Malheureusement, nous avons plus de mal sur la finition près du panier. Côté défensif, on manque un peu d'agressivité, mais sans grande conséquence. Le quart-temps se termine sur un déficit de 5 points. Il n'y a rien d'insurmontable à ce stade, mais on sent déjà quelques joueurs baisser les bras (une marque de fabrique de cette équipe...).

Pour le deuxième quart, notre jeu offensif perd un peu en fluidité et nous sommes toujours aussi maladroits près du panier. Difficile donc d'espérer recoller au score en comptant sur l'attaque. Il faut donc compenser en défense en étant agressif sur porteur et non porteur de ballon pour limiter la casse. Mais c'est tout l'inverse qui se produit : nous sommes systématiquement en retard sur notre vis-à-vis, restons à 2 mètres du joueur, et nous faisons passer sur un-contre-un. Total : 10 points de différentiel sur cette période et un déficit total de 15 points à la pause.

En deuxième mi-temps, nous décidons enfin de monter d'un cran en défense et d'arrêter l'opération "portes ouvertes", même si nous faisons encore pas mal de fautes en ayant toujours ce temps de retard pour venir contester le déplacement du dribbleur. Nous limitons tout de même plutôt bien la casse, et les ballons récupérés nous permettent de se projeter en passes vers l'avant. Cependant, la maladresse ne nous lâche pas, et nous ne réussissons pas à refaire notre retard, surtout qu'en face, notre adversaire est, lui, vraiment en réussite. Le dernier quart est équilibré, même si nous lâchons un peu sur la fin de la rencontre.

Ce match est vraiment frustrant : notre maladresse nous coûte cher et, combinée à la réussite insolente de l'adversaire, elle contribue à saper encore un peu plus le peu de confiance qui nous fait tant défaut. Mais le contenu du match est intéressant, ce qui montre qu'on est capable de résister (et même plus que ça !) contre des équipes à notre niveau. Allez, les garçons, on continue à travailler !

François

U15F1 :

Défaite @ Castres : 56-47

Déplacement difficile à Castres, classé 3ème de notre Top 8 et qui est dans l'obligation de nous battre pour espérer accrocher le Top 2. De notre côté, une victoire nous mettrait en excellente position pour accéder à la finale régionale.

Le début de match est difficile pour notre équipe, nos intentions défensives sont bonnes mais on a, une fois de plus, trop de déchet dans la finition. Notre défense baisse peu à peu en intensité et Castres en profite, en étant très agressifs dans l'attaque du cercle. Un premier écart se crée en notre défaveur (18-9).

Notre second quart-temps ne sera pas meilleur au niveau défensif, étant régulièrement dépassé par notre adversaire. Notre attaque tourne mieux, mais on ne pourra pas gagner ce match sans une meilleure défense (40-28).

On revient enfin dans nos standards défensifs en seconde mi-temps avec plus de présence dans la défense sans ballon. On va encaisser seulement deux points sur ce quart-temps ! Malheureusement, on ne concrétise pas nos nombreuses occasions en paniers... Les mauvais choix s'enchaînent mais on est toujours dans le coup pour l'emporter avant le dernier quart-temps (42-35).

Castres démarre ce dernier quart-temps à fond, nous reléguant rapidement à 15 points suite à un 8-0. On trouvera néanmoins les ressources pour revenir très proche de notre adversaire, mais notre maladresse finira de nous achever, tout en oubliant pas un arbitrage local qui nous a bien handicapé dans nos tentatives de retour.

Défaite logique et méritée : 56-47.

Félicitations à notre adversaire qui nous aura posé de très nombreux problèmes avec sa défense tout terrain et son agressivité dans les 1 contre 1.

De notre côté, on doit prendre conscience qu'on ne peut pas gagner un match en défendant seulement une mi-temps sur deux. C'est notre point fort et on doit être à fond pendant 40 minutes, de la première à la dixième joueuse. En attaque, on doit clairement progresser et ça passera par plus de sérieux aux entraînements car ce sont ces détails qui nous feront gagner ce Top 8, ou qui nous feront rater la Finale.

Merci au club de Castres pour son accueil, aux parents venus nous supporter et mention spéciale pour Virginie qui a fait le chrono.

Prochain match à domicile face au NET'S, on aura besoin du soutien de tout le monde pour sécuriser notre place dans le Top 2 !

Cédric & Michaël

U15M1 :

Victoire vs Bannières de Bigorre : 78-59

- Thierry Gilardi: Et tout de suite nous retrouvons notre envoyé spécial en direct du complexe sportif Toulouse Lautrec pour le nouveau match des U15M1 de l'Astro. Patrick Montel vous êtes là ?

- Patrick Montel: Tout à fait Thierry, nous y sommes !! La suite des aventures de l'Astro en route pour la qualification aux phases finales U15 : réception de Bagnères de Bigorre pour ce nouveau match, n'ayons pas peur de mots : DÉCISIF!

- TG: Patrick, Patrick ! On m'a remonté une info croustillante : paraît-il qu'à 15 minutes du début du match Bagnères n'étais toujours pas là ?

- PM: Tout à fait Thierry !! Les fameux bouchons toulousains que voulez-vous ! Il me semble important de rappeler quelques détails mon brave Thierry ! Tout d'abord souvenons nous : l'Astro n'a plus le droit à l'erreur, une défaite et pas de phases finales ! Ensuite, à l'aller le match s'était soldé par une petite défaite de 2 points dans l'entre bagnerais !!

- TG: D'accord Patrick, effectivement c'était important à rappeler, passons au match si ça ne vous dérange pas, les téléspectateurs attendent avec impatience votre commentaire avant d'aller faire la nouba toute la... Enfin bon, cela ne nous regarde pas...

- PM: Tout à fait Thierry, cela ne nous regarde pas.

Alors oui, passons au match qui s'annonce difficile comme vous pouvez l'imaginer. Après seulement quelques minutes, le coach de l'Astro prend déjà un temps mort, quelle a été la nature du discours ? Mystère, néanmoins on m'a raconté qu'il s'agissait d'une sévère remontée de bretelles concernant l'intensité à mettre dans un match tel que celui là !!

Ceci fait, le match peut reprendre, ça joue fort, ça joue vite, des deux côtés du terrain ! Le tout arbitré avec, je dois le dire, une grande rigueur ! Comme on dit dans le jargon : « ça siffle Tout ».

2 joueurs dans chaque équipe ne finiront pas le match, pour vous dire!

Jusqu'à la mi-temps (30-27) les deux équipes se tiennent mais les bagnerais ont plus de difficultés à gérer cette avalanche de coups de sifflet qui tombe irrémédiablement sur deux des tauliers de l'équipe.

Il ne faut pas enlever du mérite à nos petit joueurs de l'Astro.

En seconde mi-temps l'écart se creuse petit à petit, accablé par les fautes, Bagnères a de plus en plus de mal à gérer notre agressivité !

Fin du match 78-59, l'aventure continue pour l'Astro qui se déplacera chez leur voisins du TOAC.

Patrick Montel pour InterActualite, à vous les studios.

- TH: merci Patrick. Profitez bien de votre soirée toulousaine ! On se retrouve le samedi 15 pour la suite de cette fort belle série !

- PM: Tout à fait Thierry

Nico

U17M1 :

Défaite @ Séméac : 92-60

5ieme match retour Top 8 Régionale 2

Premier quart temps Victoire 18-24

Deuxième quart temps Défaite 31-11

Troisième quart temps Défaite 17-9

Quatrième quart temps Défaite 26-16

Un déplacement difficile de part les aléas du trajet car l'autoroute a été coupé sur un tronçon et de part l'opposition de l'équipe de Séméac.

Le premier quart temps fut très bon malgré le contexte. Notre défense les a surpris et nous avons bien réussi à les gêner.

Malheureusement ils se sont adaptés à partir du deuxième quart temps et prennent l'avantage jusqu'à la fin du match.

Ils ont conservé une très bonne intensité et agressivité couplé à une bonne adresse extérieure.

Nous n'avons pas su trouver les solutions pour répondre à l'agressivité et nous avons manqué d'efficacité offensive.

Nous avons certes perdu ce week-end contre une équipe plus forte mais faut apprendre de cette opposition pour continuer à progresser individuellement et collectivement.

Ce week-end de Pâques c'est repos nous nous retrouvons dans 15 jours contre Portet pour une revanche par rapport au match aller.

Vincent

U17M2 :

Victoire vs Quint-Fonsegrives : 64-60

Saison régulière - chapitre 12 : on va souffrir jusqu'au bout

Les matchs sont très souvent serrés, tendus et stressants mais un autre moment est tout aussi difficile, c'est le vendredi soir, lorsque que le choix de la sélection s'impose. Il faut intégrer de nombreux critères, se souvenir du match aller, des points forts de l'adversaire (Quint-Fonsegrives dispose de deux intérieurs à plus de 1,90m (et pas manchots), ce qui est rare dans notre championnat), des difficultés du match aller (notre défense individuelle n'avait pas été efficace) ...

Comme à chaque week-end, l'équipe disponible est complète et les joueurs tous ultra motivés. Quelques informations extérieures viennent alimenter la réflexion et créer le doute... l'intérieur le plus dangereux de Quint-Fonsegrives jouerait maintenant en U20 ou en sénior... La décision est prise, on jouera « small ball » en comptant sur la vivacité et le tir à distance pour faire sauter la zone très repliée de Quint-Fonsegrives.

Samedi 16h, l'équipe de Quint-Fonsegrives arrive et la pression augmente. Le doute même s'installe vite dans nos rangs. L'adversaire est au complet. Les grands (les deux cités précédemment), les costauds... les shooteurs... Ils sont tous là.

17h, début de la rencontre et Quint-Fonsegrives applique immédiatement la zone qui nous avait beaucoup gênée au match aller. Ils y ajoutent une presse tout terrain sur toutes les remises en jeu ligne de fond et cherchent à briser notre jeu rapide qui avait permis de faire l'écart en fin de première mi-temps, en janvier. Pourtant, ce premier quart valide le choix stratégique de la veille. Nous sommes à +10 après sept minutes de jeu. On joue vite, on joue bien, on perfore

systématiquement la presse et sur les quelques actions de jeu placé les tirs ouverts font mouche. Mais quelques rotations obligatoires pour faire souffler ou gérer les fautes désorganisent notre jeu... on joue « petit » et donc on joue aussi avec des joueurs placés sur des postes inhabituels... ça revient un peu, on finit à +5 au terme des 10 premières minutes.

Le début de deuxième période confirme la tendance. On marque moins de loin et Quint-Fonsegrives revient une première fois au score. Mais quelques contre-attaques et quelques lancers-francs (Nous sommes meilleurs qu'à l'accoutumée sur cet exercice) nous permettent de refaire un petit écart à l'approche de la mi-temps pour finir à +8.

Coup dur pour le joueur et l'équipe, Jérémy se blesse au bras... Quand on sait que c'est justement l'un des joueurs polyvalents (voir l'AB précédent) sur qui on compte, sur ce match, sur les postes intérieurs, la « belle » stratégie imaginée la veille en prend un coup !

A l'image du match aller, la 3^{ème} période est compliquée offensivement. Le coach adverse a décidé de changer de défense. Il est passé en individuelle et abandonne sa presse. Choix judicieux. On ne marque que 9 points sur ce ¼ temps où le jeu placé devient majoritaire. Encore un fois, il est difficile d'appliquer nos systèmes avec des joueurs évoluant à des postes inhabituels. La réussite de loin nous abandonne définitivement. On doute, on s'accroche en défense, on fait le dos rond mais nous n'avons plus que 2 points d'avance en fin de Q3 (47-45).

Le 4^{ème} QT se tend davantage. Les kops sont au taquet. L'écart reste faible, on démarre mal. Ils passent devant (51-52) pour la première fois du match. Mais les doutes d'avant match sont oubliés et le jeu rapide retrouvé nous évite de gamberger. On repasse devant rapidement puis on refait l'écart (+6). Quint-Fonsegrives n'abdique pas et ils reviennent encore et encore. On reprend +6 à 2 minutes et on essaie de gérer. Le match est haché par les fautes, les temps morts, les discussions avec les arbitres (Quelques joueurs des deux équipes et surtout le coach adverse interpellent très, trop régulièrement les deux jeunes arbitres (Loric et Théo, tous deux 14 ans) qui, bon an mal an, tiennent bien ce match. On gère tant bien que mal, +4 à 26 secondes de la fin. La dernière possession est mal gérée mais on gagne et c'est tout ce qui compte à ce moment-là. Bravo les gars. Encore deux matchs à passer. La moitié du chemin vers les play-off est faite. C'était la plus facile (Nous jouons chez le 3^{ème} dans 10 jours puis recevrons le 1^{er} pour la dernière journée) mais c'est très positif.

Impossible de prétendre connaître la suite et la fin de la compétition, mais on se souviendra d'un championnat disputé, âpre, serré, exigeant mentalement. On est toujours en course avec une équipe qui en veut toujours et qui, s'il y a des baisses de moral ponctuelles, offre toujours un collectif soudé et c'est le plus important.

En parallèle du match, j'adresse mes remerciements aux garçons pour leur engagement puisque ce week-end plus de la moitié des joueurs était sur le pont (Antonin et Ruben à l'entraînement, Florian à l'arbitrage, Solal, Melvil, Martin et Achraf (pourtant non convoqué) à la table de marque)

Et ça aussi ça compte !

Christophe

U18F1 :

Victoire vs Cugnaux : 69-60

Evolution du score : 16-20 / 33-37 (17-17) / 56-45 (23-8) / 69-60 (13-15)

Une semaine après l'exploit chez le leader, il fallait confirmer à domicile contre un prétendant aux phases finales, et ce fut chose faite, mais non sans difficulté !

Les filles n'ont montré leur vrai visage qu'en deuxième mi-temps. Avant ça, lors des 2 premiers quarts-temps, on a pu assister à une succession de mauvais choix en attaque (beaucoup trop d'actions

individuelles précipitées et non construites) et des erreurs flagrantes de concentration en défense (en laissant ouverts beaucoup de tirs lointains : on encaisse 6 paniers à 3 points par les 2 mêmes joueuses pourtant bien identifiées dès le départ ... c'était la 3ème fois qu'on affrontait cette équipe cette saison !).



Heureusement la réaction au 3ème quart-temps fut belle et surtout efficace, et nous a permis de reprendre le contrôle du match. Notre avance de 11 points à l'entame du 4ème quart-temps monte même à 15 points, avant que les visiteuses ne fassent un baroud d'honneur à quelques minutes du coup du buzzer.

Mais l'essentiel reste acquis : une belle victoire dans un match intense qui nous qualifie définitivement pour les demi-finales de ce championnat très disputé. Premier objectif de la saison atteint ! Il nous reste 2 matchs très piégeux contre des adversaires de la 2ème moitié du classement. L'objectif est assez simple : une double victoire pour garder l'avantage de recevoir lors de cette demi-finale en match sec ... rdv après le week-end consacré à la chasse aux œufs !

Merci aux nombreux et bruyants supporters pour leur soutien sans faille.

Micka

SG1 :

Victoire @ Montastruc : 59-74

Évolution du score 14-19 / 29-40 (15-21) / 46-55 (17-15) / 59-74 (13-19)

Coup de tonnerre dans le championnat : alors qu'on nous avait enterré (à plus ou moins juste titre !) grâce à cette victoire on s'empare de la 4ème place qualificative pour les play-offs (au détriment de notre adversaire du jour).

Loin d'être immérité tant on a réussi à maîtriser des locaux apathiques, qui sont restés à bonne distance au score tout le match. Ils n'ont ménagé un peu de suspense que par un entêtement dans les tirs à 3 points (9 marqués au total dont 7 par le même joueur !). En dehors de ça, on a réussi à boucler l'affaire en étant bien solidaires et concentrés en défense, particulièrement près du panier, et en étant bien plus collectifs, variés et efficaces que nos adversaires en attaque.

La défaite de 5 points au match aller est "remboursée" ! Mais le plus délicat reste à faire : conserver cette 4ème place ... pour cela il faudra sûrement au moins 1 victoire sur les 2 derniers matchs : soit la réception du leader Verfeil le 15 avril à 20h30 (on vous attend nombreux !), soit le non moins périlleux déplacement à Foix le 22 avril !

Merci à nos 4 courageuses supportrices pour le soutien, ainsi qu'à Guillaume venu faire le 8ème, et Lucas en superviseur général 😊

Pour finir : où est parti Airbolito ? Pour récompenser notre pitoyable 11 sur 28 aux lancers francs (qui aurait pu nous coûter très cher !) c'est Baptiste qui s'en empare en s'étant pourtant distingué dans cet exercice en convertissant une de ses tentatives ... avec la planche (le jury est de plus en plus impitoyable !). Notre peluche favorite retrouve ainsi un de ses potes habituels 😊



Micka



Les Résultats du Week-End dernier



Date	Equipe	Niveau	Locaux	Visiteurs	Résultats
Sam 01/04	U11M1	B	Astro 1	Labarthe	Victoire 19-17 ap
	U11M2	M	Bruguères 2	Astro 2	Défaite 17-15
	U11F1	B	Astro 1	Colomiers 1	Victoire 22-10
	U11F2	G	BAB'SS 2	Astro 2	Victoire 10-22
	U13M1	ID	Astro 1	Pamiers	Défaite 51-68
	U13M2	D3	Astro 2	Montastruc	Victoire 50-35
	U13F1	D1	Astro 1	Cugnaux 1	Victoire 40-32
	U13F2	D3	Ayguesvives	Astro 2	Défaite 18-08
	U15M1	R2	Astro 1	Bagnères	Victoire 78-59
	U15M2	D1	Tournefeuille	Astro 2	Défaite 113-51
	U15F1	R2	Castres	Astro 1	Défaite 56-47
	U15F2	D3	Fenouillet	Astro 2	Défaite 48-41
	U17M1	R2	Séméac	Astro 1	Défaite 92-60
	U17M2	D1	Astro 2	Fonsegrives	Victoire 64-60
	U18F1	R2	Astro 1	Cugnaux	Victoire 69-60
	U18F2	D1	Lardenne	Astro 2	Victoire 44-54
	SG1	PRM	Montastruc 2	Astro 1	Victoire 59-74
	SF3	D2F	Astro 3	NET'S 2	Victoire 50-34
Dim 02/04	U20M	ID-B	Blagnac	Astro	Victoire 63-65
	SF1	R2F	Astro 1	Labarthe	Défaite 56-67
	SF2	PRF	Astro 2	Ramonville	Victoire 55-30
Mer 05/04	SG2	D2M	St-Orens 2	Astro 2	Victoire 60-72



Le Planning du Week-end Prochain



Veuillez consulter le site internet pour avoir la version la plus fraîche 🤖 possible :
https://astrobasketclub.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=14&Itemid=494

PAS DE MATCH CE WEEK END



ON A BESOIN DE VOTRE AIDE !

Tous les week-end nous avons besoin d'OTM, de délégués club, et d'arbitres,
cliquez sur ce lien pour vous inscrire ou parlez-en à votre coach :

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-U147tOKmnPZsMk-Z0DG9dhn-NTQtt--KPIvIh9PNLE/edit?usp=sharing>



Une page de pub



Merci à eux pour les beaux maillots !



Rejoignez nos généreux bienfaiteurs en demandant notre dossier
partenariat à

partenariats@astrobasketclub.fr

Retrouvez toutes les infos sur notre [site Internet](#)

Suivez-nous sur [Facebook](#) et [Instagram](#)



Buzzer beater



La rubrique des trucs de dernière seconde !

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui !

Vous voulez vous exprimer sur un sujet, nous envoyer des photos, partager des anecdotes en rapport avec votre équipe ou le basket en général ?

Vous vous sentez l'âme d'un journaliste ou d'un chroniqueur ? Envoyez nous vos articles ou vos suggestions de rubriques.

astrobulle@astrobasketclub.fr

A la semaine prochaine !